

Nachbehandlungsschema nach Trochleaplastik

- | | |
|----------------|--|
| Woche 1 | <ul style="list-style-type: none">• Orthese (z.B. medi M4s, (fixiert in 20° Beugung!), Teilbelastung 20 kg, passive KG, Motorschiene 0/20/60 ab 4. postop. Tag Stationär ca. 7 Tage, Rezept CPM zuhause, bei Entlassung Termin in 5 Wochen in GRCH SS |
| Woche 2 - 5 | <ul style="list-style-type: none">• Bewegungsorthese (z.B. M4s der Firma medi) 0-0-90, Aufbelastung bis zur Schmerzgrenze, passive KG und Motorschiene 0/0/90. Schrittweise steigern bis 0-0-120 |
| Ab Woche 6 | <ul style="list-style-type: none">• Schiene abnehmen, vorsichtiger Kraft- und Propriozeptionsaufbau, anfangs noch in geschlossener Bewegungskette, Steigerung der Flexion, Bewegungsbad, Aquajogging, Auftrainieren des M. vastus medialis und der Hüft-außenrotatoren. Ambulante Reha einleiten |
| Nach 3 Monaten | Termin GRCH, MRT Kontrolle |
| Ab Monat 4 | Wiederaufnahme sportartspezifisches Training |

Begleitend schmerzlindernde und abschwellende Maßnahmen, Thromboseprophylaxe während der Teilbelastung bis 20 kg.

Prof. Dr. Peter Strohm
Chefarzt

Dr. Jörg Dickschas
Leiter der Sektion Gelenkerhalt
und -rekonstruktion, Korrektur-
Osteotomie, Endoprothetik